

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ВНЕДРЕНИЯ ВФСК ГТО В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 37.037-057.875
ББК 4448.005.5

ГСНТИ 77.03

Код ВАК 13.00.04

Мясникова Татьяна Ивановна,

доцент, кандидат педагогических наук, профессор кафедры циклических видов спорта, Уральский федеральный университет; 620002, г. Екатеринбург, ул. Мира, 29, к. 10; e-mail: tmayas@yandex.ru.

АКМЕОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД К ФОРМИРОВАНИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ ПОСРЕДСТВОМ СПОРТИВНО-КОНДИЦИОННОГО ПЛАВАНИЯ

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: акмеологический подход, физическая культура личности, физкультурно-спортивное воспитание, спортивно-кондиционная тренировка, спортивно-кондиционное плавание, уровневая система студенческих соревнований.

АННОТАЦИЯ. В статье рассматривается проблема повышения эффективности процесса физического (физкультурного) воспитания в вузе, вызванная необходимостью разрешения противоречия между необходимостью формирования физической культуры личности в процессе физического воспитания, декларированной в руководящих документах, и недостаточной определенностью в подходах к реализации данного процесса. В качестве методологии проведения исследования выбран акмеологический подход, который определяет ориентацию процесса на максимальную творческую самореализацию личности и формирование таких качеств, как целеустремленность, способность к самореализации.

Содержательно-организационной основой формирования физической культуры личности студентов послужило физкультурно-спортивное воспитание в форме спортивно-кондиционной тренировки, строящейся на основе технологий спортивной подготовки. Представлены условия использования спортивно-кондиционного плавания для формирования физической культуры личности, необходимые при реализации акмеологического подхода. Разработана уровневая система соревнований, представляющая собой дополненный вариант системы соревнований, принятой в студенческом спорте, представлены преимущества проведения низших уровней соревнований в заочной форме.

Myasnikova Tat'yana Ivanovna,

Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Department of Cyclic Sports, Ural Federal University named after the First President of Russia B.N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia.

ACMEOLOGICAL APPROACH TO THE FORMATION OF STUDENT'S PHYSICAL CULTURE THROUGH DEVELOPMENT OF ATHLETE'S PHYSICAL CONDITIONS IN SWIMMING

KEYWORDS: acmeological approach, personal physical culture, physical and sports education, training of physical condition, physical conditions in swimming, hierarchical system of student competitions.

ABSTRACT. The article deals with the problem of improvement of effectiveness of the process of physical (sports) education in higher schools. It is necessary for resolve the contradiction between the need of formation of personal physical culture in the process of physical education declared in the normative documents and the lack of certainty in the approach to the implementation of this process. The acmeological approach is chosen as the main method of research which determines the orientation of the process on maximally creative self-realization of personality and the formation of such qualities as purposefulness and ability of self-realization.

Physical and sports education in the form of development of athlete's physical conditions through training became the conceptual and organizational basis of forming personal physical culture of students. The article describes the conditions of application of development of athlete's physical conditions in swimming for the formation of personal physical culture necessary for the realization of the acmeological approach. The author has developed a hierarchical system of student competitions that can be used as an additional to the adopted system of competitions in student sports. The article presents the advantages of holding low level competitions at the place of the students' study.

Дисциплина «Физическая культура» всегда имела особый статус в рамках основных образовательных программ в высших учебных заведениях. В государственных стандартах высшего образования всех поколений она была и остается обязательной, а в федеральных государственных образовательных стандартах высшего обра-

зования (ФГОС ВО), переход на которые осуществляется с 2014 года, дисциплина занимает обособленное место. А именно, в рамках ФГОС ВО дисциплины по физической культуре и спорту должны реализовываться как элективные дисциплины, и в то же время они являются обязательными, то есть реализация дисциплины «Физическая

культура» в современном вузе должна регламентироваться принципом единства обязательности и элективности. Элективность в рамках обязательности предполагает альтернативу при выборе студентами вида физкультурно-спортивной деятельности.

Меняются также подходы к определению сути и содержания самого процесса реализации дисциплины «Физическая культура» в образовательных учреждениях. Применительно к процессу занятий по дисциплине «Физическая культура» используются несколько терминов, каждый из которых отражает определенные особенности этого процесса. Так, Л. И. Лубышева [10, 11, 18] вместо устоявшегося в теории физической культуры термина «физическое воспитание» предлагает термин «физкультурное воспитание», что «обусловлено необходимостью акцентировать внимание специалистов на культурологическом содержании процесса физического воспитания» [11, с. 13]. Кроме того, для определения процесса физического воспитания широко используются термины «спортизация физического воспитания», «спортивно ориентированное физическое воспитание», предусматривающие адаптирование технологий спортивной подготовки к процессу физического воспитания [2].

В данной статье для обозначения процесса занятий по дисциплине «Физическая культура» в вузе мы будем придерживаться термина «физкультурно-спортивное воспитание», под которым будем понимать процесс формирования физической культуры личности студентов на основе технологий спортивной подготовки. Подобные соединения понятий в области физической культуры и спорта достаточно распространены, а концептуальные положения спортизации физического воспитания начали разрабатываться еще в 90-х годах прошлого века. Так, В. К. Бальсевич, Г. Г. Наталов и Ю. К. Чернышенко изучали конверсию основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания. В частности, они указали, что физическое воспитание и спортивная тренировка, являющиеся специализированными формами управления развитием способностей и свойств человека посредством освоения культуры двигательной деятельности, отличаются друг от друга характером конечных целей, результатов и частично составом используемых средств и методов [1]. В XXI веке обоснование эмпирических исследований в области организации физического (физкультурного) воспитания продолжается.

Поскольку физическая культура до сих пор не стала насущной потребностью человека, а в отчетах о состоянии здоровья населения в целом, и студентов в частности, по-

ложительных тенденций не намечается, актуальность проблемы – как повысить эффективность процесса физического (физкультурного) воспитания в вузе, остается актуальной. Данная проблема требует разрешения противоречия между необходимостью формирования физической культуры личности в процессе физического воспитания, декларированной в руководящих документах, и недостаточной определенностью в подходах к реализации данного процесса.

Эффективность педагогического процесса обеспечивается его научно-ориентированным управлением, которое предполагает использование обоснованных научных подходов к реализации процесса, и может рассматриваться как регулятор достижения результативности процесса. В научных исследованиях изучаются различные подходы к организации педагогического процесса, ориентированные на его различные аспекты. Одним из подходов к организации педагогического процесса является акмеологический подход.

В современной науке акмеологический подход широко используется как методологический инструментарий в педагогических и психологических исследованиях [3; 5; 15]. Основной вектор изучения акмеологического подхода связан с профессиональным становлением личности и ее профессиональной самореализацией [9; 14; 16], в то время как личностному аспекту реализации акмеологического подхода незаслуженно уделено меньше внимания.

Вместе с тем, базовое понятие «акмеология», трактуемое как науку о достижении вершин [14], и акмеологический подход, выступающий «как теоретико-методологический подход, ориентирующий на высшие достижения в целостном развитии растущего и взрослого человека в условиях образовательных систем» [5, с. 7], – не ограничивают спектр рассматриваемых в рамках подхода вопросов только сферой профессионального образования и профессиональной деятельности.

В современном обществе личность должна обладать не только компетентностью, но и мобильностью. Хотя дисциплина «Физическая культура» для подавляющего большинства студентов является непрофильной в процессе получения образования, она может обеспечить формирование этого необходимого современному человеку качества, которое будет способствовать достижению его успеха, в том числе и в профессиональной сфере.

Рассмотрение различных подходов к процессу физического воспитания студентов получило достаточно широкое распространение среди прочих направлений ис-

следований [4; 6; 7; 8; 12]. При этом преобладает использование личностно-ориентированного подхода, а изучению акмеологического подхода к данному процессу уделено незаслуженно меньше внимания. В то же время данный подход, по нашему мнению, имеет более широкие возможности, поскольку определяет ориентацию процесса на максимальную творческую самореализацию личности и формирование таких качеств, как целеустремленность, способность к самореализации. Поэтому акмеологический подход может быть положен в основу формирования личности студента и может обеспечить эффективность реализации дисциплины «Физическая культура».

Из всех видов физической культуры в наибольшей степени сути акмеологического подхода соответствует спорт, целевая направленность которого призвана обеспечить реализацию максимальных способностей человека. Поэтому эффективность акмеологического подхода в процессе формирования физической культуры личности может в полной мере проявиться только в том случае, если он будет рассмотрен в аспекте физкультурно-спортивного воспитания.

Физическая культура и спорт различаются, главным образом, по целевой направленности. Если спорт нацелен на максимальное развитие потенциала индивида, то физическая культура призвана обеспечить его оптимальное развитие. Но оптимума нельзя достичь без проявления максимума, поэтому формирование физической культуры личности не может быть в полной мере эффективным без предъявления экстремальных нагрузок. А спортивные технологии позволяют разрешить данное противоречие. Умелое периодическое (но ни в коем случае не чрезмерное) применение высоких нагрузок, характерных для спортивной подготовки, позволяет повысить адаптационные возможности организма человека и обеспечить его оптимальное функционирование в повседневной жизни, а также создаст предпосылки для проявления резервных возможностей в экстремальных ситуациях.

Неотъемлемым атрибутом спорта являются соревнования, характеризующиеся максимальным проявлением способностей человека, стремлением к максимальным достижениям, соперничеством, объективным оцениванием результата. Соревнования рассматриваются нами как обязательное требование акмеологического подхода при реализации дисциплины «Физическая культура». Включение соревнований в основной учебный процесс формирования физической культуры студента позволит раскрыть их потенциальные возможности, повысить самооценку и

мотивацию к самосовершенствованию. В то же время соревнования, как правило, не включены в учебную деятельность студентов в процессе реализации дисциплины «Физическая культура», а рассматриваются как отдельный блок и лишь как элемент внеучебной деятельности. На наш взгляд, данный подход ограничивает возможности формирования потребности студентов в самосовершенствовании.

Студенческий возраст является наилучшим периодом для совершенствования физических кондиций и достижения высокого уровня совершенства. Так, в юношеском возрасте достигает высокого уровня управление движениями, значительное развитие различных качественных характеристик двигательной деятельности предоставляет возможности для специализации во многих видах спорта [17]. Это обуславливает приоритет в использовании спортивно-кондиционной тренировки для формирования физической культуры личности студентов.

Спортивно-кондиционная тренировка наряду с направленностью на решение задач по увеличению (а не поддержанию) функциональных резервов организма и развития основных физических качеств, присущей кондиционной тренировке [13], приобретает характерные черты спорта и предусматривает специализацию, учитывающую индивидуальные способности индивида. Кроме того, название «спортивно-кондиционная тренировка» подразумевает наличие обязательной составляющей спорта – системы соревновательной деятельности.

Акмеологический подход был реализован нами в процессе физкультурно-спортивного воспитания студентов, а в качестве вида двигательной деятельности на занятиях по физической культуре было выбрано спортивно-кондиционное плавание. Необходимыми условиями спортивно-кондиционного плавания в процессе формирования физической культуры личности студентов явились:

- учет уровня физической и плавательной подготовленности при определении содержания занятий и планировании развивающих нагрузок;
- учет индивидуальных способностей в плавании (специализация по способу плавания);
- мониторинг функционального состояния и физической подготовленности;
- наличие уровневой системы студенческих соревнований по плаванию.

Основным достоинством внедрения спортивно-кондиционного плавания в процессе занятий по дисциплине «Физическая культура» является разработанная уровневая система соревнований по плаванию (Табл. 1).

Таблица 1

Уровневая система соревнований для студентов специализации «Плавание»

Уровень соревнований	Форма проведения	Специфика задач	Подведение итогов
0 уровень (входное тестирование)	Заочная	Определение исходного уровня плавательной подготовленности и специализации	Индивидуальный исходный уровень плавательной подготовленности
1 уровень (первенство специализации плавание)	Заочная	Приобретение соревновательного опыта, оценка динамики плавательной подготовленности, формирование сборных команд институтов	- индивидуальные достижения; - первенство по институтам; - первенство по курсам
2 уровень (универсиада вуза)	Очная	Выявление сильнейших спортсменов-студентов вуза, формирование сборной команды вуза	- личное первенство; - эстафетное первенство; - командное первенство
3 уровень (универсиада вузов региона)	Очная	Выявление сильнейших команд среди вузов региона	- личное первенство; - эстафетное первенство; - командное первенство
4 уровень (всероссийская Универсиада)	Очная	Выявление сильнейших спортсменов-студентов страны, формирование национальной сборной команды	- личное первенство; - эстафетное первенство; - командное первенство
5 уровень (всемирная универсиада, международные соревнования среди студентов)	Очная	Выявление сильнейших спортсменов-студентов мира (континента)	- личное первенство; - эстафетное первенство; - неофициальное командное первенство

Представленная в таблице 1 уровневая система соревнований представляет собой дополненный вариант системы соревнований, принятой в студенческом спорте. Дополнения касаются низших уровней (нулевой и первый), соревнования на которых отличаются массовостью и предполагают заочное соперничество.

Проведение соревнований в заочной форме имеет несколько преимуществ, представляющих неопределимую ценность в формировании физической культуры личности и мотивации к постоянному самосовершенствованию и достижению высоких результатов:

- соревнования проходят во время учебных занятий по дисциплине «Физическая культура» – от студентов не требуется выделение дополнительного времени и нет необходимости пропускать учебные занятия;
- минимизация очной конкуренции обеспечивает меньшее психологическое давление, что создает щадящие условия для адаптации к соревновательной деятельности и сопутствующего воспитания уверенности;
- оценка результатов соревнований по динамике спортивных достижений, а не по абсолютному (измеренному) результату, уравнивает шансы студентов с разным

уровнем подготовленности на завоевание первенства и призовых мест.

Резюмируя вышесказанное, можно сделать следующие выводы:

1. Принцип единства обязательности и элективности в реализации процесса формирования физической культуры личности студентов обуславливает приоритет физкультурно-спортивного воспитания, основанного на использовании технологий спортивной подготовки.

2. Акмеологический подход в процессе физкультурно-спортивного воспитания предполагает ориентацию на результат, на максимальную творческую самореализацию и формирование таких качеств, как целеустремленность, способность к самореализации и создает предпосылки для формирования мобильности личности студентов, необходимого современному человеку качества для достижения его успеха в различных сферах.

3. Соревнования являются неотъемлемой составляющей акмеологического подхода в процессе формирования физической культуры личности студента, обеспечивающей раскрытие их потенциальных возможностей, повышение самооценки и мотивации к самосовершенствованию.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич В. К., Наталов Г. Г., Чернышенко Ю. К. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания // Теория и практика физической культуры. 1997. № 6. С. 15–25.
2. Бальсевич В. К., Лубышева Л. И. Спортивно ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты // Теория и практика физической культуры. 2003. № 5. С. 19–22.
3. Бегидова С. Н., Хазова С. А. Акмеологический подход в профессиональной подготовке будущих специалистов // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2008. № 5. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/akmeologicheskij-podhod-v-professionalnoy-podgotovke-buduschih-spetsialistov> (дата обращения 24.01.2016).
4. Бойцова Т. Л., Жукова О. Л. Физическая культура студентов на основе реализации мотивационно-личностного подхода // Вестник Томского государственного педагогического университета. 2010. № 4 (94). С. 108–111.
5. Бочарова Е. П. Акмеологический подход к образованию // Гуманитарные исследования в Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. 2008. № 4. С. 5–10.
6. Бурцев В. А., Файзрахманов И. И., Мифтахов Т. Ф. Организационно-методические особенности формирования спортивной культуры студентов в процессе лично ориентированного физического воспитания (на примере мини-футбола) // Фундаментальные исследования. 2015. № 2–24. С. 5498–5502.
7. Дорошенко С. А., Пономарев В. В. Спортивно-видовой подход в физическом воспитании студентов в вузе: теоретические и практические аспекты : монография. Красноярск, 2010. 175 с.
8. Илюхина М. Ю. Личностно ориентированный подход как технология эффективного физического воспитания студентов вуза // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. 2013. № 2. С. 494–498.
9. Коптелов А. В., Машуков А. В. Акмеологический подход как методологическое основание развития творческого потенциала педагогов в условиях реализации ФГОС общего образования // Современные проблемы науки и образования. 2013. № 3. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=9171> (дата обращения 24.01.2016).
10. Лубышева Л. И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1996. № 1. С. 11–17.
11. Лубышева Л. И. Физическая и спортивная культура: содержание, взаимосвязи и диссоциации // Теория и практика физической культуры. 2002. № 3. С. 11–14.
12. Масалова О. Ю. Методологические подходы к формированию физической культуры студента в высшей школе // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2012. № 3 (103). С. 170–180.
13. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание : учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов и др. ; под ред. Н. Ж. Булгаковой. М. : Академия, 2008. 432 с.
14. Педагогическая акмеология : коллективная монография / под ред. О. Б. Акимовой; ФГАОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т». Екатеринбург, 2012. 251 с.
15. Скуднова Т. Д. Акмеологический подход в психолого-педагогическом образовании // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2012. Выпуск № 1. С. 130–134.
16. Смирнова С. В. Развитие готовности студентов к продуктивной социально-педагогической деятельности на основе акмеологического подхода : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 : Шуя, 2002. 275 с.
17. Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры. М. : Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2001. 520 с.
18. Столяров В. И., Быховская И. М., Лубышева Л. И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) // Теория и практика физической культуры. 1998. № 5. С. 11–15.

LITERATURA

1. Bal'sevich V. K., Natalov G. G., Chernyshenko Ju. K. Konversija osnovnyh polozhenii teorii sportivnoj podgotovki v processe fizicheskogo vospitaniya // Teorija i praktika fizicheskoy kul'tury. 1997. № 6. S. 15–25.
2. Bal'sevich V. K., Lubyшева L. I. Sportivno orientirovannoe fizicheskoe vospitanie: obrazovatel'nyj i social'nyj aspekty // Teorija i praktika fizicheskoy kul'tury. 2003. № 5. S. 19–22.
3. Begidova S. N., Hazova S. A. Akmeologicheskij podhod v professional'noj podgotovke budushhih specialistov // Vestnik Adygejskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 3: Pedagogika i psihologija. 2008. № 5. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/akmeologicheskij-podhod-v-professionalnoy-podgotovke-buduschih-spetsialistov> (data obrashheniya 24.01.2016).
4. Bojcova T. L., Zhukova O. L. Fizicheskaja kul'tura studentov na osnove realizacii motivacionno-lichnostnogo podhoda // Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo univer-siteta. 2010. № 4 (94). S. 108–111.
5. Bocharova E. P. Akmeologicheskij podhod k obrazovaniju // Gumanitarnye issledovanija v Vostochnoj Sibiri i na Dal'nem Vostoke. 2008. № 4. S. 5–10.
6. Burcev V. A., Fajzrahmanov I. I., Miftahov T. F. Organizacionno-metodicheskie osobennosti formirovanija sportivnoj kul'tury studentov v processe lichnostno orientirovannogo fizicheskogo vospitaniya (na primere mini-futbola) // Fundamental'nye issledovanija. 2015. № 2–24. S. 5498–5502.
7. Doroshenko S. A., Ponomarev V. V. Sportivno-vidovoj podhod v fizicheskom vospitanii studentov v vuze: teoreticheskie i prakticheskie aspekty : monografija. Krasnojarsk, 2010. 175 s.

8. Iljuhina M. Ju. Lichnostno orientirovannyj podhod kak tehnologija jeffektivnogo fizicheskogo vospitaniya studentov vuza // *Izvestija Tul'skogo gosudarstvennogo universiteta. Gumanitarnye nauki*. 2013. № 2. S. 494–498.
9. Koptelov A. V., Mashukov A. V. Akmeologicheskij podhod kak metodologicheskoe osnovanie razvitija tvorcheskogo potenciala pedagogov v uslovijah realizacii FGOS obshhego obrazovanija // *Sovremennye problemy nauki i obrazovanija*. 2013. № 3. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=9171> (data obrashhenija 24.01.2016).
10. Lubysheva L. I. Konceptcija fizkul'turnogo vospitaniya: metodologija razvitija i tehnologija realizacii // *Fizicheskaja kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka*. 1996. № 1. S. 11–17.
11. Lubysheva L. I. Fizicheskaja i sportivnaja kul'tura: sodержanie, vzaimosvjazi i dissociacii // *Teorija i praktika fizicheskaj kul'tury*. 2002. № 3. S. 11–14.
12. Masalova O. Ju. Metodologicheskie podhody k formirovaniju fizicheskaj kul'tury studenta v vysshej shkole // *Vestnik Adygejskogo gosudarstvennogo universiteta. Serija 3: Pedagogika i psihologija*. 2012. № 3 (103). S. 170–180.
13. Ozdorovitel'noe, lechebnoe i adaptivnoe plavanie : uchebnoe posobie dlja stud. vyssh. ucheb. zavedenij / N. Zh. Bulgakova, S. N. Morozov, O. I. Popov i dr. ; pod red. N. Zh. Bulgakovoj. M. : Akademija, 2008. 432 s.
14. Pedagogicheskaja akmeologija : kollektivnaja monografija / pod. red. O. B. Akimovoj; FGAOU VPO «Ros. gos. prof.-ped. un-t». Ekaterinburg, 2012. 251 s.
15. Skudnova T. D. Akmeologicheskij podhod v psihologo-pedagogicheskom obrazovanii // *Vestnik Adygejskogo gosudarstvennogo universiteta. Serija 3: Pedagogika i psihologija*. 2012. Vypusk № 1. S. 130–134.
16. Smirnova S. V. Razvitie gotovnosti studentov k produktivnoj social'no-pedagogicheskoj dejatel'nosti na osnove akmeologicheskogo podhoda : dis. ... kand. psihol. nauk : 19.00.13 : Shuja, 2002. 275 s.
17. Solodkov A. S., Sologub E. B. Fiziologija cheloveka. Obshhaja. Sportivnaja. Vozrastnaja : uchebnik dlja vyssh. ucheb. zavedenij fiz. kul'tury. M. : Terra-Sport, Olimpija Press, 2001. 520 s.
18. Stoljarov V. I., Byhovskaja I. M., Lubysheva L. I. Konceptcija fizicheskaj kul'tury i fizkul'turnogo vospitaniya (innovacionnyj podhod) // *Teorija i praktika fizicheskaj kul'tury*. 1998. № 5. S. 11–15.

Статью рекомендует д-р пед. наук, проф Ю. Н. Галагузова